



## TUTTI PAZZI PER IL GELATO: ECCO L'IDENTIKIT DEGLI ICE CREAM LOVERS

*9 italiani su 10 amano il gelato. Ma dove lo consumano?*

*E con chi? Quali sono i loro formati preferiti? Preferiscono il cono o la coppetta?*

*L'IGI – Istituto del gelato Italiano e la Doxa presentano la fotografia degli ice cream lovers, svelando come sono cambiati i gusti e le abitudini di consumo degli italiani di questo questo piacere-alimento amato da grandi e piccini*

Il gelato è un prodotto che piace al 93% degli italiani, una merenda perfetta per la metà dei nostri connazionali, un piacere da condividere in coppia e in famiglia per il 48% degli intervistati, possibilmente con in mano un bel cono (41%) e nel relax della propria casa (56%).

Ecco l'identikit degli **ice cream lovers** emerso dall'indagine svolta dalla Doxa e commissionata da **IGI – Istituto del Gelato Italiano**.

Tra essi grande preferenza va al **gelato confezionato**, preferito dal campione perché, tra le altre cose, ritenuto **particolarmente controllato e sicuro dal punto di vista igienico** (35%), **trasparente grazie ad un'etichetta chiara** (29%), **prodotto con ingredienti sani e di qualità** (11%) e porzionato in maniera da conoscere esattamente i **valori nutrizionali** assunti (5%).

I fan del gelato sono allo stesso modo **uomini e donne**, con punte più alte nelle fasce di età dei più giovani.

L'estate perde il primato assoluto come stagione perfetta per i gelati, lasciando spazio anche agli altri mesi dell'anno: ben il 35% del campione ama, infatti, consumarlo **durante tutto l'anno**, a conferma di una destagionalizzazione del prodotto che le aziende produttrici di gelato hanno riscontrato già da alcuni anni.

E se il 36% si concede questo piacere **1-2 volte alla settimana**, tre italiani su dieci arrivano a toccare punte di almeno **3 o 4 volte** (16%) o addirittura **tutti i giorni** (11%). Un primato che spetta davvero a pochissimi alimenti, sostenuto anche dai nutrizionisti.

*“Il gelato è un prodotto che ha **una rilevante valenza nutrizionale perché contiene nutrienti importanti**, come proteine ad alto valore biologico, proteine del latte e dell'uovo, carboidrati semplici, assorbiti rapidamente, e carboidrati complessi presenti nella cialda del cono, che hanno un assorbimento più lento – dichiara **Michelangelo Giampietro, nutrizionista e Presidente dell'Istituto del Gelato Italiano** – È importante scegliere il formato e la tipologia adatta alla situazione di consumo: meglio optare per un formato più leggero (da 100/150 calorie) per lo snack di metà mattina o metà pomeriggio, mentre se consumato in occasione di un pranzo più ridotto, meglio sceglierne uno da 200 gr (che apporta circa 350-400 calorie), accostandolo ad esempio ad una macedonia di frutta per ottenere un pasto più 'completo', gustoso e sano.”*

In questo l'amplessima offerta dell'industria gelatiera oggi ci viene incontro, visto che si possono scegliere **gelati di ogni tipo, formato e caratteristiche nutrizionali** con pochi grassi, pochi zuccheri, senza glutine, lattosio e così via. Optando, poi, per un gelato industriale si possono trovare già sulla confezione tutte le informazioni utili a fare scelte consapevoli e sicure.

## **IL CONO BATTE TUTTI: 21 MILIONI DI ITALIANI LO PREFERISCONO A COPPETTE, BISCOTTI & CO.**

Il gelato, sinonimo di gusto, freschezza, soddisfazione ma anche nutrimento, è, secondo i dati emersi dall'indagine IGI - DOXA, una coccola da gustare **in casa** (56%) piuttosto che **al bar** (26%) o **al ristorante**, ma soprattutto **con la famiglia**. Se, infatti, un tempo il consumo di gelato riportava alla mente le serate passate fuori con gli amici, oggi il 48% degli italiani intervistati dichiara di consumarlo soprattutto con il partner o con la propria famiglia. Quando? Nessun dubbio per il campione: **il 50% sceglie la merenda pomeridiana come momento perfetto per un fresco gelato!**

Ogni gelato ha le sue caratteristiche nutrizionali: la scelta dipende soprattutto dalle calorie di cui necessitiamo nel momento della giornata in cui decidiamo di consumarlo.

Ma qual è quello confezionato preferito dagli italiani? Secondo l'indagine IGI - Doxa, **il cono domina incontrastato questa speciale classifica** con ben il 41% delle preferenze, seguito ad una certa distanza da **barattolino/vaschetta** (22%), **biscotto** (13%), **coppetta** (12%), **stecco** (11%) e **ghiacciolo** (5%).

*“A parte le proprie preferenze personali, le varie tipologie di gelato si prestano più o meno ai vari momenti della giornata – continua Giampietro - Cono, cialda o biscotto, ad esempio, contengono molti nutrienti importanti come carboidrati complessi, proteine e pochi grassi. Se decidiamo di sostituire un pasto con un gelato, uno di questi formati con l'aggiunta di una frutta, risulta un'accoppiata vincente. Se, invece, ad esempio, ci troviamo sulla spiaggia e abbiamo bisogno di rinfrescarci, un ghiacciolo o una granita fanno al caso nostro: ricchi di zuccheri ma poveri di calorie in generale, possono essere consumati in riva al mare con tranquillità e leggerezza”.*

## **CONSERVANTI, OGM E COLORANTI: ECCO LA CARTA D'IDENTITA' DEL GELATO INDUSTRIALE**

Nonostante la quasi totalità degli italiani ami il gelato, sono ancora tanti i dubbi intorno a questo alimento.

Secondo l'indagine IGI – DOXA, ad esempio, **un incredibile 91% è ancora convinto che il gelato industriale contenga conservanti**. Nulla di più sbagliato: il freddo stesso è il conservante naturale per eccellenza degli alimenti, ecco perché nel gelato confezionato non vengono mai utilizzati conservanti. Di conseguenza, diventa fondamentale il rigoroso rispetto della catena del freddo per mantenere le migliori qualità organolettiche del gelato.

E che dire dei chiacchierati OGM? Il gelato confezionato italiano, al contrario di quanto pensi il 40% degli intervistati dalla Doxa, **NON contiene OGM**. Nonostante, infatti, non ci siano attualmente indicazioni su danni alla salute provocati da alimenti OGM, i produttori di gelato industriale in Italia hanno accolto le richieste dei consumatori e hanno accettato di produrre solo ed esclusivamente gelati privi di ingredienti OGM.

**Stesso discorso per i coloranti**. Quelli contenuti nei gelati confezionati sono in quantità davvero molto piccole, si tratta di sostanze che hanno funzioni indispensabili a mantenere inalterate nel

tempo le originarie qualità organolettiche dei prodotti confezionati, ma quelli più usati sono sostanze di origine naturale o comunque ritrovabili anche in natura. In ogni caso, grazie all'etichettatura dei gelati confezionati, il consumatore potrà sempre conoscere quali additivi sono presenti nel gelato che sta consumando.

Il gelato confezionato è prodotto seguendo rigide norme di igiene e qualità, ecco perché si può scegliere anche **come primo gelato della vita di un bambino**.

Ha ragione, quindi, quel 45% degli intervistati che ha deciso di far assaggiare ai propri figli un gelato prima dei due anni.

*“Già dopo l'anno di vita possiamo dare il primo gelato e **optare per un gelato confezionato dà la possibilità di scegliere in piena sicurezza**, con particolare attenzione all'igiene e agli ingredienti – commenta il nutrizionista e Presidente dell'IGI Michelangelo Giampietro - **L'ideale è scegliere un gelato a base di yogurt o fior di latte, ma vanno bene anche quelli più cremosi, visto che i bambini di uno o due anni hanno un fabbisogno di grassi maggiore degli adulti. E' sempre bene, comunque, regolare l'alimentazione di un bambino in base al peso, alla costituzione, alle abitudini di vita. Per un bambino di uno o due anni, è bene far assaggiare una mezza porzione di gelato che, nel caso di un prodotto confezionato monoporzione, equivale a circa 40-50 grammi. Il momento migliore è la merenda: il gelato può sostituire tranquillamente lo yogurt o il latte di metà mattinata o di metà pomeriggio, 2 o 3 volte la settimana.**”*

**Per informazioni:**

**Ufficio stampa IGI – Istituto del Gelato Italiano**

**Angela La Terra**

+39 3470553433

angela\_laterra@yahoo.com

www.istitutodelgelato.it